

Ementa do Refeitório D. Dinis

Semana - 05 a 09 de janeiro de 2026

Segunda-Feira (05-01-2026)

Sopa: Creme de abóbora c/ hortelã.

Prato: Cordon bleu de peru no forno c/ arroz de milho, salada de alface, tomate e pepino.

Prato Veg: Legumes mediterrâneos no forno c/ arroz de milho e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Terça-Feira (06-01-2026)

Sopa: Feijão c/ couve verde.

Prato: Perca estufada c/ pimentos, puré de batata, salada de alface, beterraba e maçã.

Prato Veg: Cogumelos estufados c/ tomate, pimento e puré de batata, salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quarta-Feira (07-01-2026)

Sopa: Alho francês.

Prato: Macarrão à bolonhesa c/ carne de porco, salada de alface, pimento e rúcula.

Prato Veg: Macarrão à bolonhesa c/ soja e legumes, salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quinta-Feira (08-01-2026)

Sopa: Chuchu c/ cubos de curgete.

Prato: Arroz de peixe c/ coentros, salada de alface, cenoura e agrião.

Prato Veg: Arroz de lentilhas c/ coentros, couve flôr, alho francês e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Sexta-Feira (09-01-2026)

Sopa: Couve lombarda.

Prato: Jardineira de vitela c/ ervilha e cenoura, salada de alface, beterraba e pepino.

Prato Veg: Jardineira de vegetais c/ batata, ervilha, cenoura, feijão verde e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



* A ementa pode ser sujeita a alterações

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS D. DINIS
O Diretor
Dominique Nunes Palma

Data

29 de dezembro de 2025